

		ogólna	lekkostrawna wysokobiałkowa	lekkostrawna b/mleczna	cukrzyca	cukrzyca b/mleczna	ubogoresztkowa	ubogoresztkowa bezmleczna	ubogoresztkowa cukrzycowa
2024-05-20 poniedziałek	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 250 ml (Mleko ,) Chleb zwykły 60 g (Gluten ,) Chleb słonecznikowy 30 g (Gluten ,) Masło 10 g (Mleko ,) Pasta twarogowa z wędliną i szczypiorkiem (og) 100 g (Gluten , Mleko , Soja ,) Papryka świeża 80 g Herbata 250 ml	Płatki ryżowe na mleku 250 ml (Mleko ,) Chleb zwykły 60 g (Gluten ,) Chleb słonecznikowy 30 g (Gluten ,) Masło 10 g (Mleko ,) Pasta twarogowa z wędliną i warzywami (III) 100 g (Gluten , Mleko , Seler , Soja ,) Mieszanka cateringowa gotowana 80 g Herbata 250 ml	Pomidorowa z płatkami ryżowymi 250 ml (Seler ,) Chleb zwykły 60 g (Gluten ,) Chleb słonecznikowy 30 g (Gluten ,) Masło 10 g (Mleko ,) Gulasz Angielski 100 g Mieszanka cateringowa gotowana 80 g Herbata 250 ml	Pomidorowa z płatkami ryżowymi 250 ml (Seler ,) Chleb słonecznikowy 100 g (Gluten ,) Masło 10 g (Mleko ,) Pasta twarogowa z wędliną i warzywami (III) 100 g (Gluten , Mleko , Seler , Soja ,) Papryka świeża 80 g Herbata b/c 250 ml	Pomidorowa z płatkami ryżowymi 250 ml (Seler ,) Chleb słonecznikowy 100 g (Gluten ,) Masło 10 g (Mleko ,) Gulasz Angielski 100 g Papryka świeża 80 g Herbata b/c 250 ml	Płatki ryżowe na mleku 250 ml (Mleko ,) Bułka parówka 80 g (Gluten , Soja ,) Masło 10 g (Mleko ,) Pasta twarogowa z wędliną i warzywami (III) 100 g (Gluten , Mleko , Seler , Soja ,) Mieszanka cateringowa gotowana 80 g Herbata 250 ml	Pomidorowa z płatkami ryżowymi 250 ml (Seler ,) Bułka parówka 80 g (Gluten , Soja ,) Masło 10 g (Mleko ,) Szynka biała 50 g (Mleko , Soja ,) Miód 25 g Mieszanka cateringowa gotowana 80 g Herbata 250 ml	Pomidorowa z płatkami ryżowymi 250 ml (Seler ,) Bułka parówka 80 g (Gluten , Soja ,) Masło 10 g (Mleko ,) Pasta twarogowa z wędliną i warzywami (III) 100 g (Gluten , Mleko , Seler , Soja ,) Mieszanka cateringowa gotowana 80 g Herbata b/c 250 ml
	2. śniadanie	Jabłko 140 g	Jabłko pieczone 140 g		Jabłko 140 g		Jabłko pieczone 140 g		
	Obiad	Barszcz biały z jajkiem i kielbasą (41-B) 250 ml (Gluten , Jaja , Mleko , Seler , SO2 , Soja ,) Pulpet wołowy (d) 100 g (Gluten , Jaja , Gorczyca ,) Sos kalafiorowo-koperkowy (dieta) 100 g (Gluten , Mleko , Seler , Gorczyca ,) Kasza peczak z suszonymi pomidorami (bez groszku) 200 g (Gluten ,) Salatka z buraka i jabłka (III) 100 g Kompot z mieszanki (7 skl.) 250 ml	Barszcz biały z jajkiem i śmietaną (103-B) 250 ml (Gluten , Jaja , Mleko , Seler , Gorczyca , SO2 ,) Pulpet wołowy (d) 100 g (Gluten , Jaja , Gorczyca ,) Sos kalafiorowo-koperkowy (dieta) 100 g (Gluten , Mleko , Seler , Gorczyca ,) Ziemniaki puree 200 g (Mleko ,) Salatka z buraka i jabłka (III) 100 g Kompot z mieszanki (7 skl.) 250 ml	Koperkowa z ziemniakami na wywarze (155-B) 250 ml (Seler , Gorczyca ,) Pulpet wołowy (d) 100 g (Gluten , Jaja , Gorczyca ,) Sos biały krem (III) 100 ml (Gluten , Mleko , Seler , Gorczyca ,) Ziemniaki puree 200 g (Mleko ,) Salatka z buraka i jabłka (III) 100 g Kompot z mieszanki (7 skl.) 250 ml	Barszcz biały z jajkiem i śmietaną (103-B) 250 ml (Gluten , Jaja , Mleko , Seler , Gorczyca , SO2 ,) Pulpet wołowy (d) 100 g (Gluten , Jaja , Gorczyca ,) Sos kalafiorowo-koperkowy (dieta) 100 g (Gluten , Mleko , Seler , Gorczyca ,) Kasza peczak z suszonymi pomidorami (bez groszku) 200 g (Gluten ,) Salatka z buraka i jabłka (III) 100 g Kompot z mieszanki (7 skl.) b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami na wywarze (155-B) 250 ml (Seler , Gorczyca ,) Pulpet wołowy (d) 100 g (Gluten , Jaja , Gorczyca ,) Sos biały krem (III) 100 ml (Gluten , Mleko , Seler , Gorczyca ,) Ziemniaki puree 200 g (Mleko ,) Salatka z buraka i jabłka (III) 100 g Kompot z mieszanki (7 skl.) b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami na wywarze (155-B) 250 ml (Seler , Gorczyca ,) Pulpet wołowy (d) 100 g (Gluten , Jaja , Gorczyca ,) Sos biały krem (III) 100 ml (Gluten , Mleko , Seler , Gorczyca ,) Ziemniaki puree 200 g (Mleko ,) Salatka z buraka i jabłka (III) 100 g Kompot z mieszanki (7 skl.) b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami na wywarze (155-B) 250 ml (Seler , Gorczyca ,) Pulpet wołowy (d) 100 g (Gluten , Jaja , Gorczyca ,) Sos biały krem (III) 100 ml (Gluten , Mleko , Seler , Gorczyca ,) Ziemniaki puree 200 g (Mleko ,) Salatka z buraka i jabłka (III) 100 g Kompot z mieszanki (7 skl.) b/c 250 ml	
	PD	Jogurt naturalny 150 g (Mleko ,)		Kisiel truskawkowy 250 g (8 ,)	Jogurt naturalny 150 g (Mleko ,)	Kisiel truskawkowy 250 g (8 ,)	Jogurt naturalny 150 g (Mleko ,)	Kisiel truskawkowy 250 g (8 ,)	Jogurt naturalny 150 g (Mleko ,)
	Kolacja	Grysikowa na wywarze 250 ml (Gluten , Seler , Gorczyca ,) Paszтет z ryby (d) 100 g (Gluten , Jaja , Ryby , Mleko , Seler , Gorczyca ,) Pomidor 80 g Chleb zwykły 60 g (Gluten ,) Chleb słonecznikowy 30 g (Gluten ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata 250 ml		Grysikowa na wywarze 250 ml (Gluten , Seler , Gorczyca ,) Paszтет z ryby (d) 100 g (Gluten , Jaja , Ryby , Mleko , Seler , Gorczyca ,) Pomidor 80 g Chleb słonecznikowy 100 g (Gluten ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata b/c 250 ml		Grysikowa na wywarze 250 ml (Gluten , Seler , Gorczyca ,) Paszтет z ryby (d) 100 g (Gluten , Jaja , Ryby , Mleko , Seler , Gorczyca ,) Pomidor 80 g Bułka parówka 80 g (Gluten , Soja ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata 250 ml		Grysikowa na wywarze 250 ml (Gluten , Seler , Gorczyca ,) Paszтет z ryby (d) 100 g (Gluten , Jaja , Ryby , Mleko , Seler , Gorczyca ,) Pomidor obrany - bez skóry 80 g Bułka parówka 80 g (Gluten , Soja ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata b/c 250 ml	
	kcal: 2450.09 kcal; B/o: 118.33 g; B/z: 85.35 g; T: 84.32 g; W/p: 289.36 g; Błonnik: 29.98 g; Ca: 949.32 mg; Fe: 15.52 mg; WitA: 1374.98 ug; WitB1: 1.23 mg; WitB2: 2.41 mg; WitC: 215.26 mg; Sól: 13.65 g; Chol.: 438.25 mg; WNNKT: 14.85 g; NKT: 32.31 g;	kcal: 2303.29 kcal; B/o: 112.05 g; B/z: 78.90 g; T: 70.36 g; W/p: 289.41 g; Błonnik: 31.26 g; Ca: 979.47 mg; Fe: 15.40 mg; WitA: 1291.22 ug; WitB1: 1.37 mg; WitB2: 2.44 mg; WitC: 142.42 mg; Sól: 13.19 g; Chol.: 410.87 mg; WNNKT: 12.68 g; NKT: 27.29 g;	kcal: 2269.18 kcal; B/o: 100.09 g; B/z: 64.25 g; T: 68.67 g; W/p: 294.66 g; Błonnik: 35.13 g; Ca: 365.78 mg; Fe: 17.00 mg; WitA: 1299.84 ug; WitB1: 1.54 mg; WitB2: 1.49 mg; WitC: 198.77 mg; Sól: 15.09 g; Chol.: 321.13 mg; WNNKT: 13.30 g; NKT: 24.64 g;	kcal: 2172.18 kcal; B/o: 113.64 g; B/z: 76.07 g; T: 74.95 g; W/p: 241.30 g; Błonnik: 38.34 g; Ca: 708.08 mg; Fe: 18.08 mg; WitA: 1692.30 ug; WitB1: 1.24 mg; WitB2: 2.05 mg; WitC: 225.05 mg; Sól: 14.28 g; Chol.: 417.60 mg; WNNKT: 16.44 g; NKT: 25.96 g;	kcal: 2187.77 kcal; B/o: 103.22 g; B/z: 64.16 g; T: 73.00 g; W/p: 258.72 g; Błonnik: 40.91 g; Ca: 367.95 mg; Fe: 18.91 mg; WitA: 1465.78 ug; WitB1: 1.43 mg; WitB2: 1.45 mg; WitC: 270.64 mg; Sól: 15.16 g; Chol.: 317.26 mg; WNNKT: 16.49 g; NKT: 24.55 g;	kcal: 2353.88 kcal; B/o: 111.69 g; B/z: 75.11 g; T: 68.24 g; W/p: 309.16 g; Błonnik: 26.91 g; Ca: 934.64 mg; Fe: 14.45 mg; WitA: 1326.10 ug; WitB1: 1.34 mg; WitB2: 2.27 mg; WitC: 162.98 mg; Sól: 13.24 g; Chol.: 314.13 mg; WNNKT: 12.22 g; NKT: 26.20 g;	kcal: 2285.93 kcal; B/o: 96.29 g; B/z: 59.67 g; T: 64.43 g; W/p: 315.59 g; Błonnik: 28.09 g; Ca: 341.99 mg; Fe: 15.41 mg; WitA: 1322.24 ug; WitB1: 1.37 mg; WitB2: 1.37 mg; WitC: 199.12 mg; Sól: 14.26 g; Chol.: 298.81 mg; WNNKT: 12.37 g; NKT: 22.83 g;	kcal: 2184.48 kcal; B/o: 110.15 g; B/z: 72.37 g; T: 68.50 g; W/p: 267.05 g; Błonnik: 28.21 g; Ca: 660.78 mg; Fe: 15.22 mg; WitA: 1561.24 ug; WitB1: 1.32 mg; WitB2: 1.92 mg; WitC: 173.74 mg; Sól: 14.26 g; Chol.: 324.73 mg; WNNKT: 12.79 g; NKT: 24.96 g;	

		ogólna	lekkostrawna wysokobiałkowa	lekkostrawna b/mleczna	cukrzyca	cukrzyca b/mleczna	ubogoresztkowa	ubogoresztkowa bezmleczna	ubogoresztkowa cukrzycowa
2024-05-21 wtorek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (Gluten, Mleko,) Chleb zwykły 60 g (Gluten,) Chleb słonecznikowy 30 g (Gluten,) Masło 10 g (Mleko,) Ser żółty 50 g (Mleko,) Dżem 50 g Rzodkiewka (og) 80 g Kakao 250 ml (Mleko,)	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (Gluten, Mleko,) Chleb zwykły 60 g (Gluten,) Chleb słonecznikowy 30 g (Gluten,) Masło 10 g (Mleko,) Ser żółty 50 g (Mleko,) Dżem 50 g Fasolka szparagowa z kalafiorem gotowana (dieta) 80 g Kakao 250 ml (Mleko,)	Krupnik jęczmienny na wywarze 250 ml (Gluten, Seler, Gorczyca,) Chleb zwykły 60 g (Gluten,) Chleb słonecznikowy 30 g (Gluten,) Masło 10 g (Mleko,) Ser żółty 50 g (Mleko,) Ser biały 50 g (Mleko,) Rzodkiewka (og) 80 g Herbata b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny na wywarze 250 ml (Gluten, Seler, Gorczyca,) Chleb słonecznikowy 100 g (Gluten,) Masło 10 g (Mleko,) Ser żółty 50 g (Mleko,) Ser biały 50 g (Mleko,) Rzodkiewka (og) 80 g Herbata b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny na wywarze 250 ml (Gluten, Seler, Gorczyca,) Chleb słonecznikowy 100 g (Gluten,) Masło 10 g (Mleko,) Rolada schabowa 100 g (Gluten, Soja,) Rzodkiewka (og) 80 g Herbata b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (Gluten, Mleko,) Bułka parówka 80 g (Gluten, Soja,) Masło 10 g (Mleko,) Rolada schabowa 50 g (Gluten, Soja,) Dżem 50 g Jarzynka gotowana (III) 80 g (Seler,) Kakao 250 ml (Mleko,)	Krupnik jęczmienny na wywarze 250 ml (Gluten, Seler, Gorczyca,) Bułka parówka 80 g (Gluten, Soja,) Masło 10 g (Mleko,) Rolada schabowa 50 g (Gluten, Soja,) Dżem 50 g Jarzynka gotowana (III) 80 g (Seler,) Herbata b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny na wywarze 250 ml (Gluten, Seler, Gorczyca,) Bułka parówka 80 g (Gluten, Soja,) Masło 10 g (Mleko,) Rolada schabowa 50 g (Gluten, Soja,) Ser biały 50 g (Mleko,) Jarzynka gotowana (III) 80 g (Seler,) Herbata b/c 250 ml
	2. śniadanie	Gruszka 150 g	Jabłko 140 g				Jabłko pieczone 140 g		
	Obiad	Rosół z pieczonych warzyw z makaronem (54-A) (+K) 250 ml (Gluten, Jaja, Seler,) Udko z kurczaka pieczone (oddział) 150 g (Seler, Gorczyca,) Ziemniaki puree 200 g (Mleko,) Salata ze śmietaną (ogólna) 80 g (Mleko,) Kompot z mieszanki (4 skl.) 250 ml	Rosół z pieczonych warzyw z makaronem (167-A) (+K) 250 ml (Gluten, Jaja, Seler,) Udko z kurczaka pieczone (oddział) 150 g (Seler, Gorczyca,) Ziemniaki puree 200 g (Mleko,) Salata z kefirem i koprem (dieta) 80 g (Mleko,) Kompot z mieszanki (4 skl.) 250 ml	Rosół z pieczonych warzyw z makaronem (167-A) (+K) 250 ml (Gluten, Jaja, Seler,) Udko z kurczaka pieczone (oddział) 150 g (Seler, Gorczyca,) Ziemniaki puree 200 g (Mleko,) Brokuł mr. gotowany z masłem i bułką (d) 100 g (Gluten, Mleko,) Kompot z mieszanki (4 skl.) 250 ml	Rosół z pieczonych warzyw z makaronem (167-A) (+K) 250 ml (Gluten, Jaja, Seler,) Udko z kurczaka pieczone (oddział) 150 g (Seler, Gorczyca,) Ziemniaki puree 200 g (Mleko,) Salata z kefirem i koprem (dieta) 80 g (Mleko,) Kompot z mieszanki (4 skl.) b/c 250 ml	Rosół z pieczonych warzyw z makaronem (167-A) (+K) 250 ml (Gluten, Jaja, Seler,) Udko z kurczaka pieczone (oddział) 150 g (Seler, Gorczyca,) Ziemniaki puree 200 g (Mleko,) Brokuł mr. gotowany z masłem i bułką (d) 100 g (Gluten, Mleko,) Kompot z mieszanki (4 skl.) b/c 250 ml	Rosół z pieczonych warzyw z makaronem (167-A) (+K) 250 ml (Gluten, Jaja, Seler,) Udko z kurczaka pieczone (oddział) 150 g (Seler, Gorczyca,) Sos pietruszkowy (III) 100 ml (Gluten, Mleko, Seler,) Ziemniaki puree 200 g (Mleko,) Brokuł mr. gotowany z masłem i bułką (d) 100 g (Gluten, Mleko,) Kompot z mieszanki (4 skl.) 250 ml	Rosół z pieczonych warzyw z makaronem (167-A) (+K) 250 ml (Gluten, Jaja, Seler,) Udko z kurczaka pieczone (oddział) 150 g (Seler, Gorczyca,) Sos pietruszkowy (III) 100 ml (Gluten, Mleko, Seler,) Ziemniaki puree 200 g (Mleko,) Brokuł mr. gotowany z masłem i bułką (d) 100 g (Gluten, Mleko,) Kompot z mieszanki (4 skl.) b/c 250 ml	
	PD	Jogurt owocowy 150 g (Mleko,)	Kisiel wiśniowy 250 g	Jogurt naturalny 150 g (Mleko,)	Kisiel wiśniowy 250 g	Jogurt owocowy 150 g (Mleko,)	Kisiel wiśniowy 250 g	Jogurt naturalny 150 g (Mleko,)	
	Kolacja	Kasza jaglana na mleku 250 ml (Mleko,) Bułka siedlecka 100 g (Gluten,) Masło 10 g (Mleko,) Salatka Farmerska (og) 150 g (Gluten, Jaja, Mleko, Seler, Gorczyca, Soja,) Herbata 250 ml	Kasza jaglana na mleku 250 ml (Mleko,) salatka słoneczna (dieta) 150 g (Gluten, Jaja, Mleko, Gorczyca, Soja,) Bułka siedlecka 100 g (Gluten,) Masło 10 g (Mleko,) Herbata 250 ml	Koperkowa z kaszą jaglaną 250 ml (Seler,) Bułka siedlecka 100 g (Gluten,) Masło 10 g (Mleko,) Herbata 250 ml salatka słoneczna b/ml (dieta) 150 g (Gluten, Jaja, Gorczyca, Soja,)	Koperkowa z kaszą jaglaną 250 ml (Seler,) Bułka grahamka 100 g (Gluten, Soja,) Masło 10 g (Mleko,) salatka słoneczna (dieta) 150 g (Gluten, Jaja, Mleko, Gorczyca, Soja,) Herbata b/c 250 ml	Koperkowa z kaszą jaglaną 250 ml (Seler,) Bułka grahamka 100 g (Gluten, Soja,) Masło 10 g (Mleko,) salatka słoneczna b/ml (dieta) 150 g (Gluten, Jaja, Gorczyca, Soja,) Herbata b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 250 ml (Mleko,) Marchewka mini z oliwą z oliwek (III) 100 g Polędwica sopocka 50 g (Gluten, Soja,) Bułka parówka 80 g (Gluten, Soja,) Masło 10 g (Mleko,) Herbata 250 ml	Koperkowa z kaszą jaglaną 250 ml (Seler,) Bułka parówka 80 g (Gluten, Soja,) Masło 10 g (Mleko,) Marchewka mini z oliwą z oliwek (III) 100 g Polędwica sopocka 50 g (Gluten, Soja,) Herbata 250 ml	Koperkowa z kaszą jaglaną 250 ml (Seler,) Bułka parówka 80 g (Gluten, Soja,) Masło 10 g (Mleko,) Marchewka mini z oliwą z oliwek (III) 100 g Polędwica sopocka 50 g (Gluten, Soja,) Herbata b/c 250 ml
	kcal: 2867.65 kcal; B/o: 131.74 g; B/z: 97.27 g; T: 105.30 g; W/p: 332.82 g; Błonnik: 30.20 g; Ca: 1622.12 mg; Fe: 14.16 mg; WitA: 1489.14 ug; WitB1: 1.59 mg; WitB2: 3.23 mg; WitC: 183.38 mg; Sól: 12.69 g; Chol.: 443.52 mg; WNNKT: 15.26 g; NKT: 43.72 g;	kcal: 2931.60 kcal; B/o: 141.33 g; B/z: 107.05 g; T: 108.65 g; W/p: 332.73 g; Błonnik: 28.06 g; Ca: 1587.77 mg; Fe: 14.94 mg; WitA: 1546.94 ug; WitB1: 1.71 mg; WitB2: 3.51 mg; WitC: 160.16 mg; Sól: 13.35 g; Chol.: 605.17 mg; WNNKT: 15.91 g; NKT: 43.94 g;	kcal: 2729.90 kcal; B/o: 131.65 g; B/z: 94.37 g; T: 108.52 g; W/p: 290.38 g; Błonnik: 31.35 g; Ca: 337.42 mg; Fe: 15.77 mg; WitA: 1680.78 ug; WitB1: 1.73 mg; WitB2: 2.11 mg; WitC: 212.18 mg; Sól: 14.17 g; Chol.: 638.34 mg; WNNKT: 19.11 g; NKT: 36.12 g;	kcal: 2491.89 kcal; B/o: 138.99 g; B/z: 102.88 g; T: 104.58 g; W/p: 229.91 g; Błonnik: 37.00 g; Ca: 820.03 mg; Fe: 17.13 mg; WitA: 1694.14 ug; WitB1: 1.62 mg; WitB2: 2.53 mg; WitC: 152.08 mg; Sól: 15.28 g; Chol.: 617.87 mg; WNNKT: 17.16 g; NKT: 38.93 g;	kcal: 2713.14 kcal; B/o: 147.73 g; B/z: 108.68 g; T: 118.15 g; W/p: 244.73 g; Błonnik: 39.24 g; Ca: 344.60 mg; Fe: 18.76 mg; WitA: 1659.52 ug; WitB1: 2.14 mg; WitB2: 2.28 mg; WitC: 204.32 mg; Sól: 14.47 g; Chol.: 703.86 mg; WNNKT: 20.47 g; NKT: 40.65 g;	kcal: 2891.86 kcal; B/o: 146.32 g; B/z: 110.48 g; T: 102.33 g; W/p: 330.86 g; Błonnik: 30.05 g; Ca: 1393.76 mg; Fe: 14.27 mg; WitA: 3841.66 ug; WitB1: 2.12 mg; WitB2: 3.26 mg; WitC: 206.79 mg; Sól: 12.41 g; Chol.: 466.61 mg; WNNKT: 13.28 g; NKT: 42.58 g;	kcal: 2560.85 kcal; B/o: 127.19 g; B/z: 91.10 g; T: 95.57 g; W/p: 281.45 g; Błonnik: 31.80 g; Ca: 333.52 mg; Fe: 14.37 mg; WitA: 4041.06 ug; WitB1: 1.85 mg; WitB2: 1.79 mg; WitC: 210.60 mg; Sól: 13.96 g; Chol.: 466.31 mg; WNNKT: 13.78 g; NKT: 35.99 g;	kcal: 2485.25 kcal; B/o: 142.88 g; B/z: 106.40 g; T: 98.51 g; W/p: 240.74 g; Błonnik: 30.86 g; Ca: 619.42 mg; Fe: 14.26 mg; WitA: 4047.06 ug; WitB1: 1.91 mg; WitB2: 2.31 mg; WitC: 200.87 mg; Sól: 14.25 g; Chol.: 479.31 mg; WNNKT: 13.75 g; NKT: 37.87 g;	

		ogólna	lekkostrawna wysokobiałkowa	lekkostrawna b/mleczna	cukrzyca	cukrzyca b/mleczna	ubogoresztkowa	ubogoresztkowa bezmleczna	ubogoresztkowa cukrzycowa
2024-05-22 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250 ml (Gluten, Mleko ,) Pasta z tuńczyka i warzyw (III)(b/ml) 50 g (Ryby, Seler ,) Jaja gotowane 50 g (Jaja ,) Ogórek świeży 80 g Chleb zwykły 60 g (Gluten ,) Chleb słonecznikowy 30 g (Gluten ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata 250 ml	Płatki owsiane na mleku 250 ml (Gluten, Mleko ,) Pasta z tuńczyka i warzyw (III)(b/ml) 50 g (Ryby, Seler ,) Jaja gotowane 50 g (Jaja ,) Marchewka mini gotowana (III) 80 g Chleb zwykły 60 g (Gluten ,) Chleb słonecznikowy 30 g (Gluten ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami (nie mixowana) (B) 250 g (Mleko, Seler ,) Pasta z tuńczyka i warzyw (III)(b/ml) 50 g (Ryby, Seler ,) Jaja gotowane 50 g (Jaja ,) Ogórek świeży 80 g Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata b/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami (nie mixowana) (B) 250 g (Mleko, Seler ,) Pasta z tuńczyka i warzyw (III)(b/ml) 50 g (Ryby, Seler ,) Jaja gotowane 50 g (Jaja ,) Ogórek świeży 80 g Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata b/c 250 ml		Płatki owsiane na mleku 250 ml (Gluten, Mleko ,) Pasta z ryby gotowanej i warzyw b/ml (III) 100 g (Ryby, Seler ,) Marchewka mini gotowana (III) 80 g Bułka parówka 80 g (Gluten, Soja ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami (nie mixowana) (B) 250 g (Mleko, Seler ,) Pasta z ryby gotowanej i warzyw b/ml (III) 100 g (Ryby, Seler ,) Marchewka mini gotowana (III) 80 g Bułka parówka 80 g (Gluten, Soja ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami (nie mixowana) (B) 250 g (Mleko, Seler ,) Pasta z ryby gotowanej i warzyw b/ml (III) 100 g (Ryby, Seler ,) Marchewka mini gotowana (III) 80 g Bułka parówka 80 g (Gluten, Soja ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata b/c 250 ml
	2. śniadanie	Banan 180 g							
	Obiad	Jarzynowa z pomidorami i śmietaną (solferino) (26-B) 250 ml (Gluten, Mleko, Seler ,) Pierogi ze szpinakiem i żółtym serem domowe z masłem 250 g (Gluten, Mleko ,) Surówka z marchwi, jabłka i jogurtu (dieta) 100 g (Mleko ,) Kompot z jabłek i mieszanki 250 ml	Jarzynowa z pomidorami i śmietaną (solferino) (26-B) 250 ml (Gluten, Mleko, Seler ,) Risotto mięsno-warzywne z pieczarkami (d) 300 g (Seler, Gorczyca ,) Sos chrzanowy (dieta) 100 ml (Gluten, Mleko, Seler, Gorczyca ,) Kompot z jabłek i mieszanki 250 ml	Jarzynowa z bukieciem na wywarze (146-B) 250 ml (Seler ,) Risotto mięsno-warzywne z pieczarkami (d) 300 g (Seler, Gorczyca ,) Sos pomidorowy (III) 100 ml (Gluten, Mleko, Seler ,) Kompot z jabłek i mieszanki 250 ml	Jarzynowa z pomidorami i śmietaną (solferino) (26-B) 250 ml (Gluten, Mleko, Seler ,) Risotto mięsno-warzywne z pieczarkami (d) 300 g (Seler, Gorczyca ,) Sos chrzanowy (dieta) 100 ml (Gluten, Mleko, Seler, Gorczyca ,) Surówka z marchwi, jabłka i jogurtu (dieta) 100 g (Mleko ,) Kompot z jabłek i mieszanki b/c 250 ml	Jarzynowa z bukieciem na wywarze (146-B) 250 ml (Seler ,) Risotto mięsno-warzywne z pieczarkami (d) 300 g (Seler, Gorczyca ,) Sos pomidorowy (III) 100 ml (Gluten, Mleko, Seler ,) Surówka z marchwi, jabłka i oleju (dieta) 100 g Kompot z jabłek i mieszanki b/c 250 ml		Jarzynowa z bukieciem na wywarze (146-B) 250 ml (Seler ,) Risotto mięsno-warzywne (III) 300 g (Seler, Gorczyca ,) Sos pomidorowy (III) 100 ml (Gluten, Mleko, Seler ,) Kompot z jabłek i mieszanki 250 ml	Jarzynowa z bukieciem na wywarze (146-B) 250 ml (Seler ,) Risotto mięsno-warzywne (III) 300 g (Seler, Gorczyca ,) Sos pomidorowy (III) 100 ml (Gluten, Mleko, Seler ,) Kompot z jabłek i mieszanki b/c 250 ml
	PD	Ser żółty 50 g (Mleko ,) Chleb zwykły 60 g (Gluten ,) Chleb słonecznikowy 30 g (Gluten ,) Masło 10 g (Mleko ,) Papryka świeża 80 g	Ser żółty 50 g (Mleko ,) Chleb zwykły 60 g (Gluten ,) Chleb słonecznikowy 30 g (Gluten ,) Masło 10 g (Mleko ,) Ogórek kiszony 80 g	Szynka biała 50 g (Mleko, Soja ,) Chleb zwykły 60 g (Gluten ,) Chleb słonecznikowy 30 g (Gluten ,) Masło 10 g (Mleko ,) Ogórek kiszony 80 g	Ser żółty 50 g (Mleko ,) Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten ,) Masło 10 g (Mleko ,) Papryka świeża 80 g	Szynka biała 50 g (Mleko, Soja ,) Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten ,) Masło 10 g (Mleko ,) Papryka świeża 80 g	Szynka biała 50 g (Mleko, Soja ,) Bułka parówka 80 g (Gluten, Soja ,) Masło 10 g (Mleko ,) Sałatka z buraka i jabłka (III) 80 g		
	Kolacja	Forszmak z parówek 250 g (Gluten, Seler, Gorczyca ,) Herbata 250 ml			Forszmak z parówek 250 g (Gluten, Seler, Gorczyca ,) Herbata b/c 250 ml		Forszmak z szynki (III) 250 g (Gluten, Seler, Gorczyca ,) Herbata 250 ml		Forszmak z szynki (III) 250 g (Gluten, Seler, Gorczyca ,) Herbata b/c 250 ml
		kcal: 3024.36 kcal; B/o: 100.16 g; B/z: 54.55 g; T: 122.42 g; W/p: 363.36 g; Błonnik: 34.46 g; Ca: 1088.45 mg; Fe: 16.23 mg; WitA: 3989.76 ug; WitB1: 1.28 mg; WitB2: 2.16 mg; WitC: 302.47 mg; Sól: 18.25 g; Chol.: 455.89 mg; WNNKT: 17.06 g; NKT: 50.68 g;	kcal: 2443.84 kcal; B/o: 96.23 g; B/z: 64.31 g; T: 95.02 g; W/p: 285.53 g; Błonnik: 30.86 g; Ca: 803.30 mg; Fe: 13.06 mg; WitA: 2988.40 ug; WitB1: 1.46 mg; WitB2: 2.03 mg; WitC: 144.50 mg; Sól: 10.28 g; Chol.: 435.65 mg; WNNKT: 13.34 g; NKT: 38.04 g;	kcal: 2279.74 kcal; B/o: 90.31 g; B/z: 56.47 g; T: 81.72 g; W/p: 278.94 g; Błonnik: 33.44 g; Ca: 323.04 mg; Fe: 13.45 mg; WitA: 3202.27 ug; WitB1: 1.63 mg; WitB2: 1.65 mg; WitC: 167.43 mg; Sól: 10.11 g; Chol.: 406.89 mg; WNNKT: 12.62 g; NKT: 30.45 g;	kcal: 2371.62 kcal; B/o: 93.57 g; B/z: 56.55 g; T: 99.05 g; W/p: 255.63 g; Błonnik: 41.84 g; Ca: 606.47 mg; Fe: 15.77 mg; WitA: 3636.10 ug; WitB1: 1.55 mg; WitB2: 1.91 mg; WitC: 295.45 mg; Sól: 8.81 g; Chol.: 438.70 mg; WNNKT: 15.15 g; NKT: 39.19 g;	kcal: 2334.52 kcal; B/o: 94.82 g; B/z: 56.49 g; T: 95.59 g; W/p: 252.63 g; Błonnik: 42.24 g; Ca: 366.81 mg; Fe: 16.11 mg; WitA: 3495.07 ug; WitB1: 1.76 mg; WitB2: 1.83 mg; WitC: 296.87 mg; Sól: 8.84 g; Chol.: 406.89 mg; WNNKT: 17.44 g; NKT: 31.59 g;	kcal: 2272.92 kcal; B/o: 103.79 g; B/z: 69.01 g; T: 70.65 g; W/p: 291.43 g; Błonnik: 27.30 g; Ca: 601.98 mg; Fe: 12.10 mg; WitA: 3127.50 ug; WitB1: 2.19 mg; WitB2: 1.82 mg; WitC: 121.72 mg; Sól: 8.01 g; Chol.: 241.84 mg; WNNKT: 13.41 g; NKT: 24.50 g;	kcal: 2220.22 kcal; B/o: 95.83 g; B/z: 60.55 g; T: 69.91 g; W/p: 286.71 g; Błonnik: 29.48 g; Ca: 330.58 mg; Fe: 12.12 mg; WitA: 3475.00 ug; WitB1: 2.14 mg; WitB2: 1.48 mg; WitC: 143.08 mg; Sól: 7.78 g; Chol.: 241.74 mg; WNNKT: 12.95 g; NKT: 24.64 g;	kcal: 2100.52 kcal; B/o: 95.83 g; B/z: 60.55 g; T: 69.91 g; W/p: 256.77 g; Błonnik: 29.48 g; Ca: 330.28 mg; Fe: 12.12 mg; WitA: 3475.00 ug; WitB1: 2.14 mg; WitB2: 1.48 mg; WitC: 143.08 mg; Sól: 7.78 g; Chol.: 241.74 mg; WNNKT: 12.95 g; NKT: 24.64 g;

		ogólna	lekkostrawna wysokobiałkowa	lekkostrawna b/mleczna	cukrzyca	cukrzyca b/mleczna	ubogoresztkowa	ubogoresztkowa bezmleczna	ubogoresztkowa cukrzycowa
2024-05-23 czwartek	Śniadanie	Kasza gryczana na mleku 250 ml (<i>Mleko</i> , Szynka biała 50 g (<i>Mleko</i> , <i>Soja</i> , Ser biały 50 g (<i>Mleko</i> , Mieszanka cateringowa gotowana 80 g Bułka siedlecka 100 g (<i>Gluten</i> , Masło 10 g (<i>Mleko</i> , Kawa mleczna 250 ml (<i>Gluten</i> , <i>Mleko</i> ,)	Rosół z kaszą manną 250 ml (<i>Gluten</i> , <i>Seler</i> , Szynka biała 50 g (<i>Mleko</i> , <i>Soja</i> , Miód 25 g Mieszanka cateringowa gotowana 80 g Bułka siedlecka 100 g (<i>Gluten</i> , Masło 10 g (<i>Mleko</i> , Herbata b/c 250 ml	Rosół z kaszą manną 250 ml (<i>Gluten</i> , <i>Seler</i> , Szynka biała 50 g (<i>Mleko</i> , <i>Soja</i> , Ser biały 50 g (<i>Mleko</i> , Pomidor 80 g Chleb słonecznikowy (C) 100 g (<i>Gluten</i> , Masło 10 g (<i>Mleko</i> , Herbata b/c 250 ml	Rosół z kaszą manną 250 ml (<i>Gluten</i> , <i>Seler</i> , Jaja gotowane 50 g (<i>Jaja</i> , Szynka biała 50 g (<i>Mleko</i> , <i>Soja</i> , Pomidor 80 g Chleb słonecznikowy (C) 100 g (<i>Gluten</i> , Masło 10 g (<i>Mleko</i> , Herbata b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (<i>Gluten</i> , <i>Mleko</i> , Miód 25 g Ser biały 50 g (<i>Mleko</i> , Bułka parówka 80 g (<i>Gluten</i> , <i>Soja</i> , Masło 10 g (<i>Mleko</i> , Kawa mleczna 250 ml (<i>Gluten</i> , <i>Mleko</i> , Mieszanka cateringowa gotowana 80 g	Rosół z kaszą manną 250 ml (<i>Gluten</i> , <i>Seler</i> , Miód 25 g Szynka biała 50 g (<i>Mleko</i> , <i>Soja</i> , Bułka parówka 80 g (<i>Gluten</i> , <i>Soja</i> , Masło 10 g (<i>Mleko</i> , Herbata b/c 250 ml Mieszanka cateringowa gotowana 80 g	Rosół z kaszą manną 250 ml (<i>Gluten</i> , <i>Seler</i> , Ser biały 50 g (<i>Mleko</i> , Szynka biała 50 g (<i>Mleko</i> , <i>Soja</i> , Bułka parówka 80 g (<i>Gluten</i> , <i>Soja</i> , Masło 10 g (<i>Mleko</i> , Herbata b/c 250 ml Mieszanka cateringowa gotowana 80 g	
	2. śniadanie	Jabłko 140 g						Jabłko pieczone 140 g	
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem mini muszelka i smietaną 250 ml (<i>Gluten</i> , <i>Mleko</i> , <i>Seler</i> , <i>Gorczyca</i> , <i>Soja</i> , Rolada mięsna z jajkiem 100 g (<i>Gluten</i> , <i>Jaja</i> , Ziemniaki puree 200 g (<i>Mleko</i> , Mizeria (ogólna) 100 g (<i>Mleko</i> , Kompot z mieszanki (7skl) i czarnej porzeczki 250 ml	Pieczarkowa z makaronem mini muszelka i smietaną 250 ml (<i>Gluten</i> , <i>Mleko</i> , <i>Seler</i> , <i>Gorczyca</i> , <i>Soja</i> , Rolada mięsna z jajkiem 100 g (<i>Gluten</i> , <i>Jaja</i> , Ziemniaki puree 200 g (<i>Mleko</i> , Marchewka mr. podprawiana (III) 100 g (<i>Gluten</i> , Kompot z mieszanki (7skl) i czarnej porzeczki 250 ml	Selerowa z makaronem mini muszelka na wywarze 250 ml (<i>Gluten</i> , <i>Seler</i> , <i>Gorczyca</i> , Rolada mięsna z jajkiem 100 g (<i>Gluten</i> , <i>Jaja</i> , Ziemniaki puree 200 g (<i>Mleko</i> , Marchewka mr. podprawiana (III) 100 g (<i>Gluten</i> , Kompot z mieszanki (7skl) i czarnej porzeczki 250 ml	Pieczarkowa z makaronem mini muszelka i smietaną 250 ml (<i>Gluten</i> , <i>Mleko</i> , <i>Seler</i> , <i>Gorczyca</i> , <i>Soja</i> , Rolada mięsna z jajkiem 100 g (<i>Gluten</i> , <i>Jaja</i> , Ziemniaki puree 200 g (<i>Mleko</i> , Mizeria (ogólna) 100 g (<i>Mleko</i> , Kompot z mieszanki (7skl) i czarnej porzeczki b/c 250 ml	Selerowa z makaronem mini muszelka na wywarze 250 ml (<i>Gluten</i> , <i>Seler</i> , <i>Gorczyca</i> , Rolada mięsna z jajkiem 100 g (<i>Gluten</i> , <i>Jaja</i> , Ziemniaki puree 200 g (<i>Mleko</i> , Marchewka mr. podprawiana (III) 100 g (<i>Gluten</i> , Kompot z mieszanki (7skl) i czarnej porzeczki b/c 250 ml	Selerowa z makaronem mini muszelka na wywarze 250 ml (<i>Gluten</i> , <i>Seler</i> , <i>Gorczyca</i> , Rolada mięsna 100 g (<i>Gluten</i> , <i>Jaja</i> , Sos pietruszkowy (III) 100 ml (<i>Gluten</i> , <i>Mleko</i> , <i>Seler</i> , Ziemniaki puree 200 g (<i>Mleko</i> , Marchewka mr. podprawiana (III) 100 g (<i>Gluten</i> , Kompot z mieszanki (7skl) i czarnej porzeczki 250 ml	Selerowa z makaronem mini muszelka na wywarze 250 ml (<i>Gluten</i> , <i>Seler</i> , <i>Gorczyca</i> , Rolada mięsna 100 g (<i>Gluten</i> , <i>Jaja</i> , Sos pietruszkowy (III) 100 ml (<i>Gluten</i> , <i>Mleko</i> , <i>Seler</i> , Ziemniaki puree 200 g (<i>Mleko</i> , Marchewka mr. podprawiana (III) 100 g (<i>Gluten</i> , Kompot z mieszanki (7skl) i czarnej porzeczki b/c 250 ml	
	PD	Kefir 250 g (<i>Mleko</i> ,)			Placek drożdżowy 50 g (<i>Gluten</i> , <i>Jaja</i> , <i>Mleko</i> ,)	Kefir 250 g (<i>Mleko</i> ,)	Kisiel truskawkowy 250 g (8),	Kefir 250 g (<i>Mleko</i> ,)	Kisiel truskawkowy 250 g (8),
Kolacja	Budyń domowy waniliowy 250 ml (<i>Mleko</i> ,) Pasta mięsna z soczewicą (og) 100 g (<i>Seler</i> , Rzodkiewka (og) 80 g Masło 10 g (<i>Mleko</i> , Herbata 250 ml Chleb zwykły 60 g (<i>Gluten</i> , Chleb słonecznikowy 30 g (<i>Gluten</i> ,)	Budyń domowy waniliowy 250 ml (<i>Mleko</i> ,) Pasta mięsno-warzywna (III) 100 g (<i>Seler</i> , <i>Gorczyca</i> , Salata 35 g Masło 10 g (<i>Mleko</i> , Herbata 250 ml Chleb zwykły 60 g (<i>Gluten</i> , Chleb słonecznikowy 30 g (<i>Gluten</i> ,)	Barszcz czerwony na wywarze z ziemniakami 250 ml (<i>Seler</i> , <i>Gorczyca</i> , Pasta mięsno-warzywna (III) 100 g (<i>Seler</i> , <i>Gorczyca</i> , Salata 35 g Masło 10 g (<i>Mleko</i> , Herbata 250 ml Chleb zwykły 60 g (<i>Gluten</i> , Chleb słonecznikowy 30 g (<i>Gluten</i> ,)	Barszcz czerwony na wywarze z ziemniakami 250 ml (<i>Seler</i> , <i>Gorczyca</i> , Pasta mięsno-warzywna (III) 100 g (<i>Seler</i> , <i>Gorczyca</i> , Salata 35 g Masło 10 g (<i>Mleko</i> , Herbata b/c 250 ml Chleb słonecznikowy (C) 100 g (<i>Gluten</i> ,)		Budyń domowy waniliowy 250 ml (<i>Mleko</i> ,) Pasta mięsno-warzywna (III) 100 g (<i>Seler</i> , <i>Gorczyca</i> , Placek drożdżowy 50 g (<i>Gluten</i> , <i>Jaja</i> , <i>Mleko</i> ,) Bułka parówka 80 g (<i>Gluten</i> , <i>Soja</i> , Masło 10 g (<i>Mleko</i> , Herbata 250 ml	Barszcz czerwony na wywarze z ziemniakami 250 ml (<i>Seler</i> , <i>Gorczyca</i> , Pasta mięsno-warzywna (III) 100 g (<i>Seler</i> , <i>Gorczyca</i> , Placek drożdżowy 50 g (<i>Gluten</i> , <i>Jaja</i> , <i>Mleko</i> ,) Bułka parówka 80 g (<i>Gluten</i> , <i>Soja</i> , Masło 10 g (<i>Mleko</i> , Herbata 250 ml	Barszcz czerwony na wywarze z ziemniakami 250 ml (<i>Seler</i> , <i>Gorczyca</i> , Pasta mięsno-warzywna (III) 100 g (<i>Seler</i> , <i>Gorczyca</i> , Kisiel truskawkowy 250 g (8), Bułka parówka 80 g (<i>Gluten</i> , <i>Soja</i> , Masło 10 g (<i>Mleko</i> , Herbata b/c 250 ml	
	kcal: 2525.12 kcal; B/o: 132.11 g; B/z: 94.17 g; T: 76.41 g; W/p: 313.36 g; Błonnik: 28.12 g; Ca: 1450.52 mg; Fe: 14.48 mg; WitA: 1237.33 ug; WitB1: 2.45 mg; WitB2: 3.60 mg; WitC: 147.99 mg; Sól: 11.75 g; Chol.: 386.01 mg; WNNKT: 8.67 g; NKT: 34.66 g;	kcal: 2464.39 kcal; B/o: 128.84 g; B/z: 94.40 g; T: 71.10 g; W/p: 312.79 g; Błonnik: 28.98 g; Ca: 1427.27 mg; Fe: 13.24 mg; WitA: 3116.60 ug; WitB1: 2.62 mg; WitB2: 3.50 mg; WitC: 127.28 mg; Sól: 11.89 g; Chol.: 376.16 mg; WNNKT: 8.27 g; NKT: 32.45 g;	kcal: 2328.02 kcal; B/o: 106.47 g; B/z: 67.88 g; T: 65.71 g; W/p: 308.61 g; Błonnik: 37.17 g; Ca: 366.15 mg; Fe: 15.63 mg; WitA: 3478.66 ug; WitB1: 2.38 mg; WitB2: 1.62 mg; WitC: 154.77 mg; Sól: 13.90 g; Chol.: 397.40 mg; WNNKT: 9.48 g; NKT: 25.26 g;	kcal: 2106.61 kcal; B/o: 122.20 g; B/z: 85.60 g; T: 68.09 g; W/p: 231.25 g; Błonnik: 39.58 g; Ca: 652.96 mg; Fe: 17.76 mg; WitA: 1605.14 ug; WitB1: 2.50 mg; WitB2: 2.52 mg; WitC: 164.47 mg; Sól: 13.56 g; Chol.: 407.61 mg; WNNKT: 9.85 g; NKT: 29.04 g;	kcal: 2090.72 kcal; B/o: 109.25 g; B/z: 72.76 g; T: 68.29 g; W/p: 236.34 g; Błonnik: 45.97 g; Ca: 392.40 mg; Fe: 18.70 mg; WitA: 3365.71 ug; WitB1: 2.48 mg; WitB2: 1.86 mg; WitC: 185.48 mg; Sól: 13.74 g; Chol.: 551.90 mg; WNNKT: 11.39 g; NKT: 24.85 g;	kcal: 2565.67 kcal; B/o: 119.82 g; B/z: 86.33 g; T: 70.79 g; W/p: 348.68 g; Błonnik: 27.15 g; Ca: 1432.07 mg; Fe: 11.60 mg; WitA: 3065.95 ug; WitB1: 2.29 mg; WitB2: 2.95 mg; WitC: 134.39 mg; Sól: 11.41 g; Chol.: 297.78 mg; WNNKT: 7.87 g; NKT: 32.48 g;	kcal: 2348.67 kcal; B/o: 105.01 g; B/z: 66.71 g; T: 66.70 g; W/p: 314.52 g; Błonnik: 34.04 g; Ca: 362.59 mg; Fe: 14.87 mg; WitA: 3410.49 ug; WitB1: 2.31 mg; WitB2: 1.45 mg; WitC: 188.30 mg; Sól: 14.26 g; Chol.: 320.06 mg; WNNKT: 9.21 g; NKT: 26.16 g;	kcal: 2217.62 kcal; B/o: 119.48 g; B/z: 83.83 g; T: 67.95 g; W/p: 265.08 g; Błonnik: 33.29 g; Ca: 648.64 mg; Fe: 14.49 mg; WitA: 3409.99 ug; WitB1: 2.36 mg; WitB2: 1.94 mg; WitC: 187.95 mg; Sól: 14.38 g; Chol.: 315.56 mg; WNNKT: 8.88 g; NKT: 27.52 g;	

		ogólna	lekkostrawna wysokobiałkowa	lekkostrawna b/mleczna	cukrzyca	cukrzyca b/mleczna	ubogoresztkowa	ubogoresztkowa bezmleczna	ubogoresztkowa cukrzycowa
2024-05-24: piątek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 250 ml (<i>Gluten, Mleko</i> ,) Jaja gotowane 50 g (<i>Jaja</i> ,) Dżem 50 g Kalaflor z groszkiem gotowany (dieta) 80 g Masło 10 g (<i>Mleko</i> ,) Chleb zwykły 60 g (<i>Gluten</i> ,) Chleb słonecznikowy 30 g (<i>Gluten</i> ,) Mleko 250 ml (<i>Mleko</i> ,)	Jarzynowa 250 ml (<i>Seler, Gorczyca</i> ,) Jaja gotowane 50 g (<i>Jaja</i> ,) Dżem 50 g Kalaflor z groszkiem gotowany (dieta) 80 g Masło 10 g (<i>Mleko</i> ,) Chleb zwykły 60 g (<i>Gluten</i> ,) Chleb słonecznikowy 30 g (<i>Gluten</i> ,) Herbata b/c 250 ml	Jarzynowa 250 ml (<i>Seler, Gorczyca</i> ,) Jaja gotowane 100 g (<i>Jaja</i> ,) seler naciowy (og) 80 g (<i>Seler</i> ,) Masło 10 g (<i>Mleko</i> ,) Chleb słonecznikowy (C) 100 g (<i>Gluten</i> ,) Herbata b/c 250 ml		Platki owsiane na mleku 250 ml (<i>Gluten, Mleko</i> ,) Polędwica sopocka 50 g (<i>Gluten, Soja</i> ,) Dżem 50 g Marchewka mini gotowana (III) 80 g Masło 10 g (<i>Mleko</i> ,) Bułka parówka 80 g (<i>Gluten, Soja</i> ,) Mleko 250 ml (<i>Mleko</i> ,)	Jarzynowa 250 ml (<i>Seler, Gorczyca</i> ,) Polędwica sopocka 50 g (<i>Gluten, Soja</i> ,) Dżem 50 g Marchewka mini gotowana (III) 80 g Masło 10 g (<i>Mleko</i> ,) Bułka parówka 80 g (<i>Gluten, Soja</i> ,) Herbata b/c 250 ml	Jarzynowa 250 ml (<i>Seler, Gorczyca</i> ,) Polędwica sopocka 100 g (<i>Gluten, Soja</i> ,) Marchewka mini gotowana (III) 80 g Masło 10 g (<i>Mleko</i> ,) Bułka parówka 80 g (<i>Gluten, Soja</i> ,) Herbata b/c 250 ml	
	2. śniadanie	Banan 180 g							
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami i śmietaną (111-B) 250 ml (<i>Gluten, Mleko</i> , <i>Seler</i> ,) Ryba po grecku (B)(og) 170 g (<i>Gluten, Ryby, Seler</i> ,) Ziemniaki puree 200 g (<i>Mleko</i> ,) Kompot z jabłek i wiśni 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami i śmietaną (111-B) 250 ml (<i>Gluten, Mleko</i> , <i>Seler</i> ,) Ryba po grecku (B)(dieta) 170 g (<i>Gluten, Ryby, Seler</i> ,) Ziemniaki puree 200 g (<i>Mleko</i> ,) Kompot z jabłek i wiśni 250 ml	Brokułowa z ziemniakami na wywarze (150-B) 250 ml (<i>Seler, Gorczyca</i> ,) Ryba po grecku (B)(dieta) 170 g (<i>Gluten, Ryby, Seler</i> ,) Ziemniaki puree 200 g (<i>Mleko</i> ,) Kompot z jabłek i wiśni 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami i śmietaną (111-B) 250 ml (<i>Gluten, Mleko</i> , <i>Seler</i> ,) Ryba po grecku (B)(dieta) 170 g (<i>Gluten, Ryby, Seler</i> ,) Ziemniaki puree 200 g (<i>Mleko</i> ,) Surówka Colesław z białej kapusty (og) 100 g (<i>Jaja, Mleko</i> , <i>Gorczyca</i> ,) Kompot z jabłek i wiśni b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami na wywarze (150-B) 250 ml (<i>Seler, Gorczyca</i> ,) Ryba po grecku (B)(dieta) 170 g (<i>Gluten, Ryby, Seler</i> ,) Ziemniaki puree 200 g (<i>Mleko</i> ,) Kompot z jabłek i wiśni b/c 250 ml Surówka Colesław z białej kapusty b/ml (og) 100 g (<i>Jaja, Gorczyca</i> ,)	Brokułowa z ziemniakami na wywarze (150-B) 250 ml (<i>Seler, Gorczyca</i> ,) Ryba po grecku (B)(dieta) 170 g (<i>Gluten, Ryby, Seler</i> ,) Ziemniaki puree 200 g (<i>Mleko</i> ,) Kompot z jabłek i wiśni 250 ml	Brokułowa z ziemniakami na wywarze (150-B) 250 ml (<i>Seler, Gorczyca</i> ,) Ryba po grecku (B)(dieta) 170 g (<i>Gluten, Ryby, Seler</i> ,) Ziemniaki puree 200 g (<i>Mleko</i> ,) Kompot z jabłek i wiśni b/c 250 ml	
	PD	Bułka grahamka 50 g (<i>Gluten, Soja</i> ,) Masło 10 g (<i>Mleko</i> ,) Serek homogenizowany 150 g (<i>Mleko</i> ,)		Bułka grahamka 50 g (<i>Gluten, Soja</i> ,) Masło 10 g (<i>Mleko</i> ,) Szynka biała 50 g (<i>Mleko</i> , <i>Soja</i> ,) Pomidor 80 g		Bułka parówka 50 g (<i>Gluten, Soja</i> ,) Masło 10 g (<i>Mleko</i> ,) Serek homogenizowany 150 g (<i>Mleko</i> ,)	Bułka parówka 50 g (<i>Gluten, Soja</i> ,) Masło 10 g (<i>Mleko</i> ,) Szynka biała 50 g (<i>Mleko</i> , <i>Soja</i> ,) Pomidor obrany - bez skóry 80 g		
	Kolacja	Ryż z sosem truskawkowym (mr.)b/c b/ml 300 g (<i>8</i> ,) Herbata 250 ml		Ryż z sosem truskawkowym (mr.)b/c b/ml 300 g (<i>8</i> ,) Herbata b/c 250 ml Jogurt naturalny 150 g (<i>Mleko</i> ,)	Ryż z sosem truskawkowym (mr.)b/c b/ml 300 g (<i>8</i> ,) Herbata b/c 250 ml	Ryż z sosem truskawkowym (mr.)b/c b/ml 300 g (<i>8</i> ,) Herbata 250 ml	Ryż z sosem truskawkowym (mr.)b/c b/ml 300 g (<i>8</i> ,) Herbata 250 ml	Ryż z sosem truskawkowym (mr.)b/c b/ml 300 g (<i>8</i> ,) Herbata b/c 250 ml	
	kcal: 2484.31 kcal; B/o: 105.63 g; B/z: 71.43 g; T: 64.67 g; W/p: 354.00 g; Blonnik: 31.36 g; Ca: 1004.40 mg; Fe: 12.63 mg; WitA: 1424.55 ug; WitB1: 1.44 mg; WitB2: 2.76 mg; WitC: 204.20 mg; Sól: 11.46 g; Chol.: 373.87 mg; WNNKT: 8.61 g; NKT: 28.74 g;	kcal: 2481.01 kcal; B/o: 105.49 g; B/z: 71.43 g; T: 64.62 g; W/p: 353.40 g; Blonnik: 31.37 g; Ca: 1002.60 mg; Fe: 12.59 mg; WitA: 1492.15 ug; WitB1: 1.44 mg; WitB2: 2.76 mg; WitC: 204.03 mg; Sól: 11.48 g; Chol.: 373.87 mg; WNNKT: 8.59 g; NKT: 28.72 g;	kcal: 2069.12 kcal; B/o: 80.96 g; B/z: 44.98 g; T: 50.39 g; W/p: 305.14 g; Blonnik: 34.95 g; Ca: 315.76 mg; Fe: 13.20 mg; WitA: 1838.59 ug; WitB1: 1.52 mg; WitB2: 1.57 mg; WitC: 268.72 mg; Sól: 12.06 g; Chol.: 352.35 mg; WNNKT: 8.43 g; NKT: 18.65 g;	kcal: 2224.01 kcal; B/o: 95.24 g; B/z: 57.27 g; T: 70.48 g; W/p: 282.27 g; Blonnik: 39.15 g; Ca: 709.45 mg; Fe: 15.39 mg; WitA: 2315.74 ug; WitB1: 1.61 mg; WitB2: 2.18 mg; WitC: 243.16 mg; Sól: 14.10 g; Chol.: 567.80 mg; WNNKT: 11.30 g; NKT: 26.63 g;	kcal: 2144.02 kcal; B/o: 89.23 g; B/z: 51.39 g; T: 69.02 g; W/p: 270.95 g; Blonnik: 40.35 g; Ca: 448.01 mg; Fe: 15.44 mg; WitA: 2321.14 ug; WitB1: 1.57 mg; WitB2: 1.91 mg; WitC: 275.47 mg; Sól: 12.72 g; Chol.: 542.10 mg; WNNKT: 13.52 g; NKT: 21.22 g;	kcal: 2452.02 kcal; B/o: 109.33 g; B/z: 75.75 g; T: 58.60 g; W/p: 358.01 g; Blonnik: 26.92 g; Ca: 991.92 mg; Fe: 10.63 mg; WitA: 2884.75 ug; WitB1: 1.46 mg; WitB2: 2.52 mg; WitC: 200.54 mg; Sól: 11.04 g; Chol.: 197.33 mg; WNNKT: 8.34 g; NKT: 25.17 g;	kcal: 2089.32 kcal; B/o: 84.22 g; B/z: 49.61 g; T: 49.53 g; W/p: 311.63 g; Blonnik: 29.31 g; Ca: 302.32 mg; Fe: 11.08 mg; WitA: 3197.19 ug; WitB1: 1.51 mg; WitB2: 1.28 mg; WitC: 231.42 mg; Sól: 12.85 g; Chol.: 192.11 mg; WNNKT: 8.23 g; NKT: 18.55 g;	kcal: 1998.02 kcal; B/o: 95.30 g; B/z: 60.37 g; T: 51.46 g; W/p: 273.64 g; Blonnik: 28.91 g; Ca: 302.38 mg; Fe: 11.45 mg; WitA: 3196.69 ug; WitB1: 1.73 mg; WitB2: 1.33 mg; WitC: 225.72 mg; Sól: 13.64 g; Chol.: 211.87 mg; WNNKT: 8.39 g; NKT: 19.35 g;	

		ogólna	lekkostrawna wysokobiałkowa	lekkostrawna b/mleczna	cukrzyca	cukrzyca b/mleczna	ubogoresztkowa	ubogoresztkowa bezmleczna	ubogoresztkowa cukrzycowa
2024-05-25 sobota	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 250 ml (Mleko ,) Pasta drobiowo-warzywna (og) 100 g (Mleko , Seler ,) Masło 10 g (Mleko ,) Salata 35 g Chleb zwykły 60 g (Gluten ,) Chleb słonecznikowy 30 g (Gluten ,) Herbata 250 ml	Kasza jaglana na mleku 250 ml (Mleko ,) Pasta drobiowo-warzywna (d) 100 g (Mleko , Seler ,) Masło 10 g (Mleko ,) Salata 35 g Chleb zwykły 60 g (Gluten ,) Chleb słonecznikowy 30 g (Gluten ,) Herbata 250 ml	Koperkowa z ziemniakami 250 ml (Seler ,) Pasta drobiowo-warzywna b/ml (III) 100 g (Seler ,) Masło 10 g (Mleko ,) Salata 35 g Chleb zwykły 60 g (Gluten ,) Chleb słonecznikowy 30 g (Gluten ,) Herbata 250 ml	Koperkowa z ziemniakami 250 ml (Seler ,) Pasta drobiowo-warzywna (d) 100 g (Mleko , Seler ,) Masło 10 g (Mleko ,) Salata 35 g Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten ,) Herbata b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami 250 ml (Seler ,) Pasta drobiowo-warzywna b/ml (III) 100 g (Seler ,) Masło 10 g (Mleko ,) Salata 35 g Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten ,) Herbata b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 250 ml (Mleko ,) Pasta drobiowo-warzywna b/ml (III) 100 g (Seler ,) Marchewka mini gotowana (III) 80 g Masło 10 g (Mleko ,) Bułka parówka 80 g (Gluten , Soja ,) Herbata 250 ml	Koperkowa z ziemniakami 250 ml (Seler ,) Pasta drobiowo-warzywna b/ml (III) 100 g (Seler ,) Marchewka mini gotowana (III) 80 g Masło 10 g (Mleko ,) Bułka parówka 80 g (Gluten , Soja ,) Herbata 250 ml	Koperkowa z ziemniakami 250 ml (Seler ,) Pasta drobiowo-warzywna b/ml (III) 100 g (Seler ,) Marchewka mini gotowana (III) 80 g Masło 10 g (Mleko ,) Bułka parówka 80 g (Gluten , Soja ,) Herbata b/c 250 ml
	2. śniadanie	Pomarańcza 100 g						Jabłko pieczone 140 g	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem i śmietaną (113-B) 250 ml (Gluten , Mleko , Seler ,) Kotlet mielony z karczku tradycyjny (og) 100 g (Gluten , Jaja ,) Ziemniaki puree 200 g (Mleko ,) Kapusta biała zasmażana (ogólna) 100 g (Gluten , Seler ,) Kompot z mieszanki (4 skl.) 250 ml	Pomidorowa z makaronem i śmietaną (113-B) 250 ml (Gluten , Mleko , Seler ,) Kotlet mielony z pieca (d) 100 g (Gluten , Jaja , Gorczyca ,) Ziemniaki puree 200 g (Mleko ,) Szpinak mr. podprawiany b/ml (III) 100 g (Gluten ,) Kompot z mieszanki (4 skl.) 250 ml	Pomidorowa z makaronem na wywarze (161-B) 250 ml (Gluten , Seler , Gorczyca ,) Kotlet mielony z pieca (d) 100 g (Gluten , Jaja , Gorczyca ,) Ziemniaki puree 200 g (Mleko ,) Szpinak mr. podprawiany b/ml (III) 100 g (Gluten ,) Kompot z mieszanki (4 skl.) 250 ml	Pomidorowa z makaronem i śmietaną (113-B) 250 ml (Gluten , Mleko , Seler ,) Kotlet mielony z pieca (d) 100 g (Gluten , Jaja , Gorczyca ,) Ziemniaki puree 200 g (Mleko ,) Surówka z białej kapusty, ogórka i oleju (ogólna) 100 g Kompot z mieszanki (4 skl.) b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem na wywarze (161-B) 250 ml (Gluten , Seler , Gorczyca ,) Kotlet mielony z pieca (d) 100 g (Gluten , Jaja , Gorczyca ,) Ziemniaki puree 200 g (Mleko ,) Surówka z białej kapusty, ogórka i oleju (ogólna) 100 g Kompot z mieszanki (4 skl.) b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem na wywarze (161-B) 250 ml (Gluten , Seler , Gorczyca ,) Kotlet mielony z pieca (d) 100 g (Gluten , Jaja , Gorczyca ,) Ziemniaki puree 200 g (Mleko ,) Szpinak mr. podprawiany b/ml (III) 100 g (Gluten ,) Sos biały krem (III) 100 ml (Gluten , Mleko , Seler , Gorczyca ,) Kompot z mieszanki (4 skl.) 250 ml	Pomidorowa z makaronem na wywarze (161-B) 250 ml (Gluten , Seler , Gorczyca ,) Kotlet mielony z pieca (d) 100 g (Gluten , Jaja , Gorczyca ,) Ziemniaki puree 200 g (Mleko ,) Szpinak mr. podprawiany b/ml (III) 100 g (Gluten ,) Sos biały krem (III) 100 ml (Gluten , Mleko , Seler , Gorczyca ,) Kompot z mieszanki (4 skl.) b/c 250 ml	
	PD	Mleko smakowe 1 szt 250 ml (Mleko ,)		Galaretka z wiśni 200 g		Mleko smakowe 1 szt 250 ml (Mleko ,)	Galaretka z wiśni 200 g		
	Kolacja	Płatki owsiane na mleku 250 ml (Gluten , Mleko ,) Filet wędzony z indyka 50 g (Gluten , Mleko , Seler , Gorczyca , Soja ,) Salatka z fasolki szparagowej i sosu vinegrette (d) 100 g (Gorczyca ,) Chleb zwykły 60 g (Gluten ,) Chleb słonecznikowy 30 g (Gluten ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata 250 ml	Krupnik ryżowy na wywarze 250 ml (Seler , Gorczyca ,) Filet wędzony z indyka 50 g (Gluten , Mleko , Seler , Gorczyca , Soja ,) Salatka z fasolki szparagowej i sosu vinegrette (d) 100 g (Gorczyca ,) Chleb słonecznikowy 30 g (Gluten ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata 250 ml	Krupnik ryżowy na wywarze 250 ml (Seler , Gorczyca ,) Filet wędzony z indyka 50 g (Gluten , Mleko , Seler , Gorczyca , Soja ,) Salatka z fasolki szparagowej i sosu vinegrette (d) 100 g (Gorczyca ,) Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata b/c 250 ml	Krupnik ryżowy na wywarze 250 ml (Seler , Gorczyca ,) Filet wędzony z indyka 50 g (Gluten , Mleko , Seler , Gorczyca , Soja ,) Salatka z fasolki szparagowej i sosu vinegrette (d) 100 g (Gorczyca ,) Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 250 ml (Gluten , Mleko ,) Filet wędzony z indyka 50 g (Gluten , Mleko , Seler , Gorczyca , Soja ,) Salatka z brokuła, cukini, dyni z olejem (III) 100 g Bułka parówka 80 g (Gluten , Soja ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata 250 ml	Krupnik ryżowy na wywarze 250 ml (Seler , Gorczyca ,) Filet wędzony z indyka 50 g (Gluten , Mleko , Seler , Gorczyca , Soja ,) Salatka z brokuła, cukini, dyni z olejem (III) 100 g Bułka parówka 80 g (Gluten , Soja ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata 250 ml	Krupnik ryżowy na wywarze 250 ml (Seler , Gorczyca ,) Filet wędzony z indyka 50 g (Gluten , Mleko , Seler , Gorczyca , Soja ,) Salatka z brokuła, cukini, dyni z olejem (III) 100 g Bułka parówka 80 g (Gluten , Soja ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata b/c 250 ml	
		kcal: 2834.19 kcal; B/o: 110.69 g; B/z: 74.64 g; T: 124.42 g; W/p: 301.91 g; Błonnik: 32.12 g; Ca: 1273.17 mg; Fe: 13.66 mg; WitA: 1066.03 ug; WitB1: 2.21 mg; WitB2: 2.61 mg; WitC: 239.97 mg; Sól: 11.01 g; Chol.: 316.83 mg; WNNKT: 20.16 g; NKT: 46.28 g;	kcal: 2377.66 kcal; B/o: 112.44 g; B/z: 76.50 g; T: 77.42 g; W/p: 292.69 g; Błonnik: 29.92 g; Ca: 1253.50 mg; Fe: 16.06 mg; WitA: 1867.65 ug; WitB1: 2.03 mg; WitB2: 2.74 mg; WitC: 215.37 mg; Sól: 10.44 g; Chol.: 280.83 mg; WNNKT: 14.97 g; NKT: 27.85 g;	kcal: 2328.25 kcal; B/o: 110.19 g; B/z: 73.86 g; T: 80.74 g; W/p: 272.98 g; Błonnik: 33.25 g; Ca: 372.06 mg; Fe: 16.10 mg; WitA: 2087.89 ug; WitB1: 1.80 mg; WitB2: 1.55 mg; WitC: 250.50 mg; Sól: 12.21 g; Chol.: 301.43 mg; WNNKT: 17.67 g; NKT: 22.37 g;	kcal: 2162.19 kcal; B/o: 107.14 g; B/z: 68.43 g; T: 75.02 g; W/p: 243.81 g; Błonnik: 40.65 g; Ca: 420.64 mg; Fe: 15.67 mg; WitA: 1700.99 ug; WitB1: 1.80 mg; WitB2: 1.47 mg; WitC: 237.44 mg; Sól: 12.37 g; Chol.: 289.53 mg; WNNKT: 18.83 g; NKT: 23.16 g;	kcal: 2249.33 kcal; B/o: 112.25 g; B/z: 73.88 g; T: 83.78 g; W/p: 240.75 g; Błonnik: 40.60 g; Ca: 377.18 mg; Fe: 15.74 mg; WitA: 1689.59 ug; WitB1: 1.84 mg; WitB2: 1.48 mg; WitC: 237.24 mg; Sól: 12.36 g; Chol.: 301.43 mg; WNNKT: 21.43 g; NKT: 22.95 g;	kcal: 2583.55 kcal; B/o: 122.33 g; B/z: 84.02 g; T: 91.71 g; W/p: 302.97 g; Błonnik: 27.46 g; Ca: 1198.63 mg; Fe: 15.38 mg; WitA: 3470.68 ug; WitB1: 2.00 mg; WitB2: 2.75 mg; WitC: 214.42 mg; Sól: 11.22 g; Chol.: 305.39 mg; WNNKT: 17.67 g; NKT: 29.87 g;	kcal: 2447.00 kcal; B/o: 114.97 g; B/z: 75.93 g; T: 86.27 g; W/p: 286.32 g; Błonnik: 30.84 g; Ca: 360.65 mg; Fe: 15.35 mg; WitA: 3702.32 ug; WitB1: 1.73 mg; WitB2: 1.55 mg; WitC: 249.75 mg; Sól: 13.00 g; Chol.: 314.09 mg; WNNKT: 17.77 g; NKT: 24.60 g;	kcal: 2327.30 kcal; B/o: 114.97 g; B/z: 75.93 g; T: 86.27 g; W/p: 256.38 g; Błonnik: 30.84 g; Ca: 360.35 mg; Fe: 15.35 mg; WitA: 3702.32 ug; WitB1: 1.73 mg; WitB2: 1.55 mg; WitC: 249.75 mg; Sól: 13.00 g; Chol.: 314.09 mg; WNNKT: 17.77 g; NKT: 24.60 g;

		ogólna	lekkostrawna wysokobiałkowa	lekkostrawna b/mleczna	cukrzyca	cukrzyca b/mleczna	ubogoresztkowa	ubogoresztkowa bezmleczna	ubogoresztkowa cukrzycowa
2024-05-26 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml (Gluten, Mleko ,) Kiełbasa śląska na gorąco 100 g (Gluten, Soja ,) Pomidor 80 g Chleb zwykły 60 g (Gluten ,) Chleb słonecznikowy 30 g (Gluten ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (Gluten, Mleko ,) Ser biały 50 g (Mleko ,) Dżem 50 g Pomidor 80 g Chleb zwykły 60 g (Gluten ,) Chleb słonecznikowy 30 g (Gluten ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata 250 ml	Zupa dyniowa z kaszą manną (nie mixowana) (B) 250 g (Gluten, Mleko, Seler ,) Wędlina szynkowa 50 g (Gluten, Soja ,) Dżem 50 g Pomidor 80 g Chleb zwykły 60 g (Gluten ,) Chleb słonecznikowy 30 g (Gluten ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata 250 ml	Zupa dyniowa z kaszą manną (nie mixowana) (B) 250 g (Gluten, Mleko, Seler ,) Ser biały 50 g (Mleko ,) Wędlina szynkowa 50 g (Gluten, Soja ,) Pomidor 80 g Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata b/c 250 ml	Zupa dyniowa z kaszą manną (nie mixowana) (B) 250 g (Gluten, Mleko, Seler ,) Pasztet drobiowy konserwa 50g 50 g (Gluten, Mleko, Soja ,) Wędlina szynkowa 50 g (Gluten, Soja ,) Pomidor 80 g Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (Gluten, Mleko ,) Ser biały 50 g (Mleko ,) Dżem 50 g Jarzynka gotowana z brokulem mr 80 g (Seler ,) Bułka parówka 80 g (Gluten, Soja ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata 250 ml	Zupa dyniowa z kaszą manną (nie mixowana) (B) 250 g (Gluten, Mleko, Seler ,) Dżem 50 g Wędlina szynkowa 50 g (Gluten, Soja ,) Jarzynka gotowana z brokulem mr 80 g (Seler ,) Bułka parówka 80 g (Gluten, Soja ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata 250 ml	Zupa dyniowa z kaszą manną (nie mixowana) (B) 250 g (Gluten, Mleko, Seler ,) Ser biały 50 g (Mleko ,) Wędlina szynkowa 50 g (Gluten, Soja ,) Jarzynka gotowana z brokulem mr 80 g (Seler ,) Bułka parówka 80 g (Gluten, Soja ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata b/c 250 ml
	2. śniadanie	Jabłko 140 g					Jabłko pieczone 140 g		
	Obiad	Groszkowa z ziemniakami i śmietaną (126-B) 250 ml (Gluten, Mleko, Seler ,) Paprykarz z kurczaka (og) 150 g (Gluten, Mleko, Seler, Gorczyca ,) Ryż paraboliczny 200 g Surówka z pora, jabłka, groszku i śmietany (ogólna) 100 g (Jaja, Mleko, Gorczyca ,) Kompot z mieszanki (4 skl.) 250 ml	Groszkowa z ziemniakami i śmietaną (126-B) 250 ml (Gluten, Mleko, Seler ,) Paprykarz z kurczaka (d) 150 g (Gluten, Mleko, Seler, Gorczyca ,) Ryż paraboliczny 200 g Surówka z kiszzonego ogórka, marchwi, kukurydzy i oleju (dieta) 100 g Kompot z mieszanki (4 skl.) 250 ml	Ziemniaczana na wywarze (152-B) 250 ml (Gluten, Seler, Gorczyca ,) Paprykarz z kurczaka b/ml (III) 150 g (Gluten, Seler, Gorczyca ,) Ryż paraboliczny 200 g Surówka z kiszzonego ogórka, marchwi, kukurydzy i oleju (dieta) 100 g Kompot z mieszanki (4 skl.) 250 ml	Groszkowa z ziemniakami i śmietaną (126-B) 250 ml (Gluten, Mleko, Seler ,) Paprykarz z kurczaka (d) 150 g (Gluten, Mleko, Seler, Gorczyca ,) Ryż paraboliczny 200 g Surówka z kiszzonego ogórka, marchwi, kukurydzy i oleju (dieta) 100 g Kompot z mieszanki (4 skl.) b/c 250 ml	Ziemniaczana na wywarze (152-B) 250 ml (Gluten, Seler, Gorczyca ,) Paprykarz z kurczaka b/ml (III) 150 g (Gluten, Seler, Gorczyca ,) Ryż paraboliczny 200 g Surówka z kiszzonego ogórka, marchwi, kukurydzy i oleju (dieta) 100 g Kompot z mieszanki (4 skl.) b/c 250 ml	Ziemniaczana na wywarze (152-B) 250 ml (Gluten, Seler, Gorczyca ,) Paprykarz z kurczaka b/ml (III) 150 g (Gluten, Seler, Gorczyca ,) Ryż paraboliczny 200 g Bukiet warzyw mr. z wody (III) 100 g (Seler ,) Kompot z mieszanki (4 skl.) 250 ml	Ziemniaczana na wywarze (152-B) 250 ml (Gluten, Seler, Gorczyca ,) Paprykarz z kurczaka b/ml (III) 150 g (Gluten, Seler, Gorczyca ,) Ryż paraboliczny 200 g Bukiet warzyw mr. z wody (III) 100 g (Seler ,) Kompot z mieszanki (4 skl.) b/c 250 ml	Ziemniaczana na wywarze (152-B) 250 ml (Gluten, Seler, Gorczyca ,) Paprykarz z kurczaka b/ml (III) 150 g (Gluten, Seler, Gorczyca ,) Ryż paraboliczny 200 g Bukiet warzyw mr. z wody (III) 100 g (Seler ,) Kompot z mieszanki (4 skl.) b/c 250 ml
	PD	Sok owocowy b/cukru 200 g			Kefir 250 g (Mleko ,)		Kisiel jabłkowy 250 g		
	Kolacja	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (Gluten, Mleko ,) Jaja w sosie retro 150 g (Jaja, Gorczyca ,) Ogórek świeży 80 g Masło 10 g (Mleko ,) Herbata 250 ml Chleb zwykły 60 g (Gluten ,) Chleb słonecznikowy 30 g (Gluten ,)	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (Gluten, Mleko ,) Pasta jajeczna z koperkiem (d) 100 g (Jaja, Mleko ,) Marchewka mini gotowana (III) 80 g Masło 10 g (Mleko ,) Herbata 250 ml Chleb zwykły 60 g (Gluten ,) Chleb słonecznikowy 30 g (Gluten ,)	Barszcz czerwony na wywarze z ziemniakami 250 ml (Seler, Gorczyca ,) Pasta jajeczna z koperkiem b/ml (d) 100 g (Jaja, Gorczyca ,) Marchewka mini gotowana (III) 80 g Masło 10 g (Mleko ,) Herbata 250 ml Chleb zwykły 60 g (Gluten ,) Chleb słonecznikowy 30 g (Gluten ,)	Barszcz czerwony na wywarze z ziemniakami 250 ml (Seler, Gorczyca ,) Pasta jajeczna z koperkiem (d) 100 g (Jaja, Mleko ,) Ogórek świeży 80 g Masło 10 g (Mleko ,) Herbata b/c 250 ml Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten ,)	Barszcz czerwony na wywarze z ziemniakami 250 ml (Seler, Gorczyca ,) Pasta jajeczna z koperkiem b/ml (d) 100 g (Jaja, Gorczyca ,) Ogórek świeży 80 g Masło 10 g (Mleko ,) Herbata b/c 250 ml Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten ,)	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (Gluten, Mleko ,) Szynka wiejska 50 g (Gluten, Soja ,) Serek wiejski 200 g (Mleko ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata 250 ml Bułka parówka 80 g (Gluten, Soja ,)	Barszcz czerwony na wywarze z ziemniakami 250 ml (Seler, Gorczyca ,) Szynka wiejska 50 g (Gluten, Soja ,) Marchewka mini gotowana (III) 80 g Masło 10 g (Mleko ,) Herbata 250 ml Bułka parówka 80 g (Gluten, Soja ,)	Barszcz czerwony na wywarze z ziemniakami 250 ml (Seler, Gorczyca ,) Szynka wiejska 50 g (Gluten, Soja ,) Serek wiejski 200 g (Mleko ,) Masło 10 g (Mleko ,) Herbata b/c 250 ml Bułka parówka 80 g (Gluten, Soja ,)
		kcal: 2619.87 kcal; B/o: 118.48 g; B/z: 85.14 g; T: 91.65 g; W/p: 314.07 g; Błonnik: 32.56 g; Ca: 927.12 mg; Fe: 15.16 mg; WitA: 2352.73 ug; WitB1: 1.76 mg; WitB2: 2.57 mg; WitC: 189.70 mg; Sól: 8.46 g; Chol.: 651.65 mg; WNNKT: 14.91 g; NKT: 32.78 g;	kcal: 2444.09 kcal; B/o: 107.21 g; B/z: 75.90 g; T: 70.48 g; W/p: 328.99 g; Błonnik: 31.95 g; Ca: 970.43 mg; Fe: 13.46 mg; WitA: 3682.19 ug; WitB1: 1.26 mg; WitB2: 2.64 mg; WitC: 144.19 mg; Sól: 8.33 g; Chol.: 616.60 mg; WNNKT: 11.68 g; NKT: 27.87 g;	kcal: 2415.03 kcal; B/o: 93.62 g; B/z: 61.28 g; T: 80.92 g; W/p: 310.33 g; Błonnik: 34.54 g; Ca: 344.62 mg; Fe: 15.53 mg; WitA: 4052.09 ug; WitB1: 1.16 mg; WitB2: 1.70 mg; WitC: 164.40 mg; Sól: 8.97 g; Chol.: 659.08 mg; WNNKT: 15.92 g; NKT: 26.39 g;	kcal: 2292.27 kcal; B/o: 118.27 g; B/z: 80.86 g; T: 81.15 g; W/p: 252.78 g; Błonnik: 38.33 g; Ca: 706.12 mg; Fe: 18.19 mg; WitA: 1824.68 ug; WitB1: 1.39 mg; WitB2: 2.39 mg; WitC: 142.56 mg; Sól: 9.68 g; Chol.: 682.98 mg; WNNKT: 14.76 g; NKT: 30.82 g;	kcal: 2392.33 kcal; B/o: 107.98 g; B/z: 72.40 g; T: 99.39 g; W/p: 248.16 g; Błonnik: 36.16 g; Ca: 613.52 mg; Fe: 18.14 mg; WitA: 2094.49 ug; WitB1: 1.27 mg; WitB2: 2.13 mg; WitC: 131.85 mg; Sól: 9.83 g; Chol.: 708.08 mg; WNNKT: 19.38 g; NKT: 31.84 g;	kcal: 2519.79 kcal; B/o: 127.93 g; B/z: 96.23 g; T: 70.02 g; W/p: 332.23 g; Błonnik: 23.54 g; Ca: 991.75 mg; Fe: 9.89 mg; WitA: 1355.75 ug; WitB1: 1.35 mg; WitB2: 2.52 mg; WitC: 144.73 mg; Sól: 8.36 g; Chol.: 268.76 mg; WNNKT: 9.60 g; NKT: 29.53 g;	kcal: 2285.17 kcal; B/o: 94.38 g; B/z: 58.17 g; T: 64.12 g; W/p: 316.14 g; Błonnik: 31.60 g; Ca: 300.54 mg; Fe: 12.86 mg; WitA: 3235.84 ug; WitB1: 1.35 mg; WitB2: 1.24 mg; WitC: 178.60 mg; Sól: 7.83 g; Chol.: 284.14 mg; WNNKT: 10.65 g; NKT: 23.91 g;	kcal: 2309.97 kcal; B/o: 127.83 g; B/z: 92.67 g; T: 72.67 g; W/p: 271.45 g; Błonnik: 28.00 g; Ca: 472.74 mg; Fe: 12.61 mg; WitA: 1790.84 ug; WitB1: 1.38 mg; WitB2: 1.93 mg; WitC: 170.80 mg; Sól: 9.61 g; Chol.: 315.14 mg; WNNKT: 10.71 g; NKT: 29.16 g;

		plynna wzmacniona
2024-05-20 poniedziałek	Śniadanie	Płynna mleczna 500 ml (Gluten, Jaja, Mleko ,) Herbata 250 ml
	2. śniadanie	Kefir 250 g (Mleko ,)
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami na wywarze (155-B) 250 ml (Seler, Gorczyca ,) Pulpet wołowy (d) 100 g (Gluten, Jaja, Gorczyca ,) Salatka z buraka i jabłka (III) 100 g Kompot z mieszanki (7 skl.) 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 150 g (Mleko ,)
	Kolacja	Grysikowa na wywarze mix z indykiem 500 ml (Gluten , Seler, Gorczyca ,) Herbata 250 ml
		kcal: 1660.80 kcal; B/o: 106.18 g; B/z: 91.68 g; T: 55.04 g; W/p: 179.53 g; Błonnik: 11.44 g; Ca: 1265.79 mg; Fe: 10.80 mg; WitA: 816.44 ug; WitB1: 0.88 mg; WitB2: 2.47 mg; WitC: 69.44 mg; Sól: 4.51 g; Chol.: 468.90 mg; WNNKT: 7.58 g; NKT: 23.39 g;

płynna wzmocniona	
2024-05-21 wtorek	Śniadanie
	Płynna mleczna 500 ml (Gluten, Jaja, Mleko ,) Kakao 250 ml (Mleko ,)
	2. śniadanie
	Kefir 250 g (Mleko ,)
	Obiad
PD	Rosół z pieczonych warzyw z makaronem (167-A) (+K) 250 ml (Gluten, Jaja, Seler ,) Filet z kurczaka gotowany (płynna) 50 g (Seler ,) Brokuł mr. z wody (płynne) 100 g Kompot z mieszanki (4 skl.) 250 ml
	Kolacja
	Jogurt owocowy 150 g (Mleko ,) Koperkowa z kaszą jaglaną mix z szynką 500 ml (Seler ,) Herbata 250 ml
kcal: 1595.81 kcal; B/o: 112.73 g; B/z: 97.83 g; T: 49.58 g; W/p: 168.54 g; Błonnik: 12.38 g; Ca: 1529.87 mg; Fe: 9.12 mg; WitA: 1416.68 ug; WitB1: 1.85 mg; WitB2: 2.95 mg; WitC: 133.54 mg; Sól: 5.03 g; Chol.: 437.70 mg; WNNKT: 4.20 g; NKT: 24.05 g;	

2024-05-22 środa		płynna wzmocniona	
	Śniadanie	Płynna mleczna 500 ml (Gluten, Jaja, Mleko ,) Herbata 250 ml	
	2. śniadanie	Kefir 250 g (Mleko ,)	
	Obiad	Jarzynowa z bukietem na wywarze (146-B) 250 ml (Seler ,) Szynka wp. gotowana (płynna) 50 g Bukiet warzyw mr. z wody (III) 100 g (Seler ,) Kompot z jabłek i mieszanki 250 ml	
	PD	Kefir 250 g (Mleko ,)	
	Kolacja	Koperkowa z kaszą jaglaną mix z filetem drobiowym 500 ml (Seler ,) Herbata 250 ml	
		kcal: 1471.27 kcal; B/o: 102.65 g; B/z: 88.30 g; T: 45.60 g; W/p: 156.52 g; Błonnik: 12.69 g; Ca: 1257.67 mg; Fe: 8.55 mg; WitA: 1119.94 ug; WitB1: 1.93 mg; WitB2: 2.55 mg; WitC: 88.15 mg; Sól: 4.10 g; Chol.: 412.80 mg; WNNKT: 3.65 g; NKT: 22.43 g;	

		płynna wzmocniona
2024-05-23 czwartek	Śniadanie	Płynna mleczna 500 ml (Gluten, Jaja, Mleko ,) Kawa mleczna 250 ml (Gluten, Mleko ,)
	2. śniadanie	Kefir 250 g (Mleko ,)
	Obiad	Selerowa z makaronem mini muszelka na wywarze 250 ml (Gluten, Seler, Gorczyca ,) Rolada mięsna 100 g (Gluten, Jaja ,) Marchewka mr. podprawiana (III) 100 g (Gluten ,) Kompot z mieszanki (7skt) i czarnej porzeczki 250 ml
	PD	Kefir 250 g (Mleko ,)
	Kolacja	Brokułowa z ziemniakami mix z szynką 500 ml (Seler, Gorczyca ,) Herbata 250 ml
		kcal: 1746.03 kcal; B/o: 108.79 g; B/z: 94.25 g; T: 61.79 g; W/p: 180.87 g; Błonnik: 16.83 g; Ca: 1608.35 mg; Fe: 8.84 mg; WitA: 2713.53 ug; WitB1: 1.97 mg; WitB2: 3.04 mg; WitC: 107.46 mg; Sól: 4.88 g; Chol.: 454.55 mg; WNNKT: 5.93 g; NKT: 27.22 g;

2024-05-24 piątek		płynna wzmocniona	
Śniadanie	Śniadanie	Płynna mleczna 500 ml (Gluten, Jaja, Mleko ,) Herbata b/c 250 ml	
		Kefir 250 g (Mleko ,)	
		Brokułowa z ziemniakami na wywarze (150-B) 250 ml (Seler, Gorczyca ,) Kompot z jabłek i wiśni 250 ml Ryba po grecku (B)(dieta) 170 g (Gluten, Ryby, Seler ,)	
		Kisiel wiśniowy 250 g	
		Selerowo-ziemniaczana mix z szynką 500 ml (Seler , Gorczyca ,) Herbata 250 ml	
		kcal: 1519.26 kcal; B/o: 94.27 g; B/z: 79.38 g; T: 51.50 g; W/p: 161.20 g; Błonnik: 16.78 g; Ca: 1089.57 mg; Fe: 8.09 mg; WitA: 1580.68 ug; WitB1: 1.71 mg; WitB2: 2.34 mg; WitC: 115.86 mg; Sól: 5.50 g; Chol.: 395.80 mg; WNNKT: 6.60 g; NKT: 20.21 g;	

2024-05-25 sobota			plynna wzmocniona
2. śniadanie	Śniadanie	Płynna mleczna 500 ml (Gluten, Jaja, Mleko ,) Herbata 250 ml	
	2. śniadanie	Kefir 250 g (Mleko ,)	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem na wywarze (161-B) 250 ml (Gluten, Seler, Gorczyca ,) Szpinak mr. podprawiany b/ml (III) 100 g (Gluten ,) Kotlet mielony z pieca (d) 100 g (Gluten, Jaja, Gorczyca ,) Kompot z mieszanki (4 skl.) 250 ml	
	PD	Mleko smakowe 1 szt 250 ml (Mleko ,)	
	Kolacja	Krupnik ryżowy na wywarze mix z filetem drobiowym 500 ml (Seler, Gorczyca ,) Herbata 250 ml	
		kcal: 1772.05 kcal; B/o: 105.14 g; B/z: 88.91 g; T: 67.93 g; W/p: 179.61 g; Błonnik: 11.29 g; Ca: 1342.78 mg; Fe: 10.58 mg; WitA: 1729.18 ug; WitB1: 1.35 mg; WitB2: 2.72 mg; WitC: 124.30 mg; Sól: 4.48 g; Chol.: 445.40 mg; WNNKT: 9.16 g; NKT: 24.26 g;	

2024-05-26 niedziela		płynna wzmocniona	
	Śniadanie	Płynna mleczna 500 ml (Gluten, Jaja, Mleko,) Herbata 250 ml	
	2. śniadanie	Kefir 250 g (Mleko,)	
	Obiad	Ziemniaczana na wywarze (152-B) 250 ml (Gluten, Seler, Gorczyca,) Paprykarz z kurczaka (d) 150 g (Gluten, Mleko, Seler, Gorczyca,) Kompot z mieszanki (4 skl.) 250 ml Bukiet warzyw mr. z wody (III) 100 g (Seler,)	
	PD	Kisiel jabłkowy 250 g	
	Kolacja	Barszcz czerwony na wywarze z ziemniakami mix z filetem drobiowym 500 ml (Seler, Gorczyca,) Herbata 250 ml	
		kcal: 1721.21 kcal; B/o: 104.73 g; B/z: 88.71 g; T: 59.13 g; W/p: 183.98 g; Błonnik: 16.97 g; Ca: 1075.30 mg; Fe: 10.83 mg; WitA: 1084.20 ug; WitB1: 0.98 mg; WitB2: 2.27 mg; WitC: 126.07 mg; Sól: 5.43 g; Chol.: 458.80 mg; WNNKT: 8.01 g; NKT: 22.69 g;	

Oznaczenia wskaźników odż.:

*kcal - Wartość energetyczna [kcal],
B/o - Białko ogółem,
B/z - Białko zwierzęce,
T - Tłuszcz,
W/p - Węglowodany przyswajalne,
Sól - Sól,
Ca - Wapń,
Fe - Żelazo,
WitA - Witamina A,
WitB1 - Tiamina,
WitB2 - Ryboflawina,
WitC - Witamina C,
NKT - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
WNNKT - Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem,
Chol. - Cholesterol,
Błonnik - Błonnik pokarmowy,*